

EST CE VRAIMENT DANS LES GÈNES ? QUE FAIRE ?

Par **Astrabulon** Posté le 02/12/2023 à 14h31

Bonjour
Je haïssais l'alcoolisme et avais très très peur pour mes enfants ayant eu un grand père alcoolique et deux frères plus jeunes touchés et morts depuis. Aujourd'hui des années après cette angoisse, je suis alcoolique je le sais car je bois et ai besoin d'une bouteille de vin par jour. Je suis triste et n'ai aucune force.

1 RÉPONSE

Sunday - 17/12/2023 à 13h07

Bonjour,

je ne saurais vous dire si c'est dans les gènes. Je sais que plusieurs facteurs peuvent intervenir (l'environnement, l'éducation, la psychologie etc).

En revanche, ce que je peux vous dire c'est qu'il est possible de vivre sans. Ne restez pas seul avec votre consommation. Parlez-en avec votre médecin, un psychologue ou un psychiatre. Le soin est la solution même si cela prend beaucoup de temps, et d'énergie.

Croyez-moi ou non, le soleil finit toujours par briller.

Prenez soin de vous
